

## LES POUX

### VOTRE PHARMACIEN VOUS INFORME SUR VOTRE DERNIER TRAITEMENT

**Mon enfant a des poux et je n'arrive pas à m'en débarrasser !**

**L**es poux sont une vraie calamité pour les enfants, car dès la rentrée scolaire ils font malheureusement leur apparition et n'épargnent aucune classe de la maternelle au collège. Les poux aiment toutes les têtes que les cheveux soient courts, longs, propres ou sales. Dès lors qu'il y a des poux, toutes les chevelures qui se trouvent dans les parages peuvent en attraper. Une inspection régulière de la tête des enfants est le moyen de prévention le plus efficace contre l'infestation. Il est important de mettre en place des actions anti-poux dès les premières alertes : enfant qui se gratte la tête ou information de l'école annonçant l'apparition des poux parmi les élèves.

### DÉFINITION ET ORIGINE

Le pou est un petit insecte parasite (*pediculus humanus capitis*) qui vit dans la chevelure et se nourrit de sang. Cette infestation par le pou (ou *pédiculose*) touche surtout les enfants scolarisés de 3 à 10 ans ; c'est « le cauchemar des mamans ». Les poux peuvent aussi s'attaquer aux adultes mais préfèrent la promiscuité qui règne entre les enfants et n'apprécient guère le sébum sécrété par la peau des adultes. Le pou, possède 3 paires de pattes et mesure 3-4 mm de long. Il a des zones de prédilection et se cache souvent dans les endroits les plus chauds : derrière les oreilles, la nuque et sous la frange. Les lentes sont pondues à la base du cheveu et sont collées grâce à la spumaline (*ciment naturel très puissant*).

● **Le cycle du pou** : les poux se reproduisent très vite. Un mâle peut féconder jusqu'à 18 femelles à la suite et les femelles s'accouplent plusieurs fois au cours de leur vie d'adulte : elles pondent 4 à 10 lentes par jour pendant 3 à 5 semaines soit jusqu'à 300 lentes par cycle!

● Au 7<sup>e</sup> jour, la larve éclot ; du 7<sup>e</sup> au 17<sup>e</sup> jour, c'est le stade nymphal avec 3 mues successives ; au 17<sup>e</sup> jour le pou est adulte et meurt 30 à 40 jours plus tard.



Credit photo : FOTOLIA

### DESCRIPTION ET SYMPTOMES

Les **démangeaisons** sont les premiers signes d'une infestation. Elles sont dues à la salive très allergisante que le pou injecte lors de son repas de sang. Cette réaction d'hypersensibilité se traduit par une démangeaison importante et une irritation : l'enfant se gratte anormalement. Pour vérifier la présence des poux il faut utiliser le **peigne anti poux** à fines dents et vérifier à la lumière

du jour la chevelure de toute la famille.

La présence de lentes est plus facile à visualiser que les poux en cas de faible infestation. Lorsqu'elles sont pleines, elles sont collées à la base du cuir chevelu, blanc grisâtre, ovales, transparentes, faciles à sentir au toucher et difficiles à retirer en les faisant glisser le long du cheveu.

### DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE PHARMACIEN !

### TRAITEMENT

#### ● Deux grands types de traitement existent :

- les **insecticides** au mode d'action neurotoxique qui empoisonnent le pou. Malheureusement il existe beaucoup de résistance et leur innocuité, lors d'une utilisation répétée, reste à prouver.
- les **lotions** à base de diméticone qui agissent de manière physique en bouchant les orifices respiratoires et excrétoires des poux et des lentes, et donc les étouffent.

#### ● Mode d'emploi de ces lotions :

**J1** : Il faut traiter le premier jour avec une lotion sur cheveu sec, imprégner la totalité du cuir chevelu, bien masser et laisser agir en fonction du temps de pose recommandé par le fabricant. Laver ensuite les cheveux avec un shampoing doux et appliquer éventuellement un baume décollant de lente ou rincer avec une solution de vinaigre blanc (50 %) pour dissoudre le ciment qui accroche les lentes aux cheveux. Passer soigneusement le peigne spécial anti-poux sur toute la chevelure humide, peigner chaque mèche en commençant le plus prêt possible du crâne. Préférer les peignes métalliques aux longues dents serrées ils retirent les poux et arrachent les lentes (*certaines peignes sont composés d'une structure micro-dentée hélicoïdale ainsi les lentes seront décollées, déchirées et simultanément évacuées hors du cheveu lors du peignage*). Après chaque utilisation du peigne, nettoyer celui-ci avec de l'eau tiède savonneuse, de manière à éviter toute recontamination.

Suite à ce premier traitement la plupart des poux vivants et les lentes a été éliminée. Pour une plus grande efficacité, il faut faire un shampoing anti-poux à chaque membre de la famille.

**J2** : Recommencer la même opération le deuxième jour pour éliminer les lentes qui ont éclot dans la nuit.

**J10** : Il faut renouveler l'application 10 à 15 jours après : ce deuxième traitement permettra de rompre complètement le cycle de vie du pou. Toutes les lentes qui auraient pu éclore depuis le premier traitement seront alors éliminées.

Traiter l'environnement avec un **spray antiparasitaire** : literie, sièges de voiture, bonnets, casquettes, écharpes, brosses à cheveux, etc.

### RÈGLES DE CONDUITE

- La transmission peut se faire par **contact direct** de tête à tête.

Il existe aussi la **transmission indirecte** : bonnets, écharpes, peignes, brosse...

Le pou ne saute pas et ne vole pas, par contre il **nage** : attention à la piscine !

- Dès qu'il y a une suspicion de pou autour de l'enfant, appliquer tous les matins quelques gouttes d'huiles essentielles de lavande sur la chevelure ou les habits (*col, bonnet, écharpe, chouchou...*) ou un répulsif en spray. Ceci surtout si les infestations sont répétitives notamment en milieu scolaire, car les enfants ne sont pas tous traités en même temps.

Au cours d'un épisode d'infestation, penser à contrôler la tête une fois par semaine à l'aide d'un peigne anti-poux.

### RÈGLES D'HYGIÈNE

- La pédiculose n'a rien à voir avec un manque d'hygiène.

Il faut procéder à une désinfection complète du domicile.

- Laver à 60°C les textiles avec lesquels il y a eu contact. Il est possible de se procurer en pharmacie le kit environnement qui permet de laver le linge délicat infecté à 30°C.

- Passer soigneusement l'aspirateur dans la maison et la voiture, puis jeter le sac de l'aspirateur. Les doudous fragiles difficilement lavables peuvent être mis au congélateur une demi-journée.

- Il est aussi possible de mettre le linge volumineux dans un sac plastique fermé pendant 4 jours (*le pou ne peut vivre plus de deux jours hors d'une tête*).